

ĐIỀU CHA MẸ CÓ THỂ LÀM KHI TRÔNG THẤY CON CÁI GIẬN DỮ:

- ◆ Xác định mức thường xuyên cũng như độ trầm trọng của cơn giận của đứa trẻ.
- ◆ Tìm hiểu nguyên do của sự giận dữ của đứa trẻ.
- ◆ Nâng đỡ, thông cảm và bình tĩnh phân tích về mối lo của em.
- ◆ Giảng giải về những giới hạn và nguyên tắc trong cách cư xử và thái độ ăn ở cho đứa trẻ hiểu.
- ◆ Cho đứa bé đang tức giận ra ngồi riêng một nơi trong khoảng thời gian ngắn. Đó là cách hữu hiệu để trấn tĩnh đứa trẻ, ngay khi đang ở nơi công cộng.
- ◆ Nếu cha mẹ có trở nên quá tức giận, họ cũng cần ngồi riêng ra để tự trấn tĩnh và để tâm thần được sáng suốt hơn.

Nếu cha mẹ cảm thấy sự giận dữ của con cái có làm cản trở đến những hoạt động hằng ngày của đứa trẻ, đến sự tiến bộ trong học hành, hoặc gây rắc rối trong nội bộ gia đình, đó là lúc cha mẹ nên tìm đến sự giúp đỡ của các chuyên gia.

TÌM KIẾM SỰ GIÚP ĐỠ Ở ĐÂU?

- ◆ Tìm đọc những sách vở, tài liệu tại các trung tâm y tế công cộng và nơi các thư viện.
- ◆ Tìm gặp những chuyên gia như các giáo sư, bác sĩ, hướng dẫn viên của nhà trường hay các nhân viên y tế đặc trách về tâm thần.

*Nếu bạn muốn biết thêm tin
tức hay cần giúp,
xin bạn gọi số*

703-533-3302

Ngân quỹ của dự án này được tài trợ bởi Cơ Quan Phục Vụ Người Mới Đến Thuộc Vùng Virginia, Cơ Quan Liên Bang Định Cư Người Tị Nạn và Quỹ Tài Trợ Freddie Mac.

Tìm Hiểu và Giải Quyết Sự Giận Dữ Của Con Em Bạn

CMHS

Cơ Quan Nhân Vụ Đa Văn Hóa
701 W. Broad Street, Suite 305
Falls Church, VA 22046
Điện Thoại (703) 533-3302
Điện Thư (703) 237-2083

KHI NÀO THÌ SỰ GIẬN DỮ TRỞ THÀNH VẤN ĐỀ ?

Đứa trẻ nào cũng có đôi lúc giận dữ. Điều đó là bình thường và tốt. Cái không tốt và rắc rối là khi sự giận dữ đó trở nên quá độ, trầm trọng, thường xuyên và liên tục và khi mà sự hung hăng giận dữ của đứa trẻ đã làm hại cho chính bản thân nó, cũng như cho những người xung quanh.

Hiểu được sự giận dữ ở trẻ em và nguyên nhân của cơn giận là bước đầu quan trọng để giúp đỡ con em bạn. Cơn giận dữ quá độ có nhiều nguyên do như là phản ứng của chấn thương, sự mất mát hay căng thẳng trong gia đình.

TRẺ EM BIỂU LỘ SỰ GIẬN DỮ QUA VÀI HÌNH THỨC THÔNG THƯỜNG NHƯ SAU :

- ◆ không tuân theo luật lệ
- ◆ thường không kềm chế được sự cáu kỉnh
- ◆ có vấn đề ở trường hay với cảnh sát
- ◆ hăm dọa hay gây tổn thương cho người khác
- ◆ ăn cắp và nói dối
- ◆ bỏ nhà trốn đi
- ◆ hành động có hại đến chính mình
- ◆ lãnh đạm và trở nên thầm lặng
- ◆ thường la hét, khóc lóc hay than phiền

MỘT SỐ QUAN NIỆM SAI LẦM VÀ NHỮNG SỰ THẬT VỀ TRƯỜNG HỢP NHỮNG ĐỨA TRẺ GIẬN DỮ

HOANG ĐƯỜNG: NHỮNG TRẺ HAY NỐI GIẬN
LÀ NHỮNG ĐỨA TRẺ "HƯ" KHÔNG BIẾT NGHE
LỜI NÓI PHẢI.

Sự Thật: Những đứa trẻ hay nỗi giận không hẳn là "hư". Đó chỉ là cách chúng thường phản ứng với các vấn đề hay những nỗi đau đớn bằng sự giận dữ, và do đó chúng có thể đánh mất khả năng nghe theo lời khuyên bảo của bất cứ ai.

HOANG ĐƯỜNG: SỰ GIẬN DỮ Ở NHỮNG ĐỨA
TRẺ THƯỜNG LÀ DO CHA MẸ QUÁ NGHIÊM KHẮC
HOẶC CHA MẸ QUÁ LƠ LÀ .

Sự Thật: Ngoài việc cha mẹ quá nghiêm khắc hay quá lơ làt có thể gây ra hành động dễ nỗi giận nỗi đứa trẻ, còn nhiều nguyên do khác nữa, như là: sự thất vọng, nỗi đau đớn, sự xáo trộn tâm lý, cơ thể có bệnh, tánh tình, và sự căng thẳng (chẳng hạn do những vụ ly dị hay cái chết của người thân trong gia đình gây ra).

HOANG ĐƯỜNG: CƠN GIẬN DỮ LÂU DÀI VÀ
TRẦM TRỌNG CHỈ LÀ MỘT GIAI ĐOẠN MÀ ĐỨA
TRẺ ĐANG TRẢI QUA, nhưng rồi dần dần nó
sẽ được chấm dứt

Sự Thật: Sự giận dữ trong thời thơ ấu tự nó không tan biến đi được. Thật ra nó còn đưa đến những vấn đề nguy hại hơn vào tuổi vị thành niên và ở tuổi trưởng thành.

HOANG ĐƯỜNG: SỰ TRỪNG PHẠT THÂN THỂ
HAY SỰ MUA CHUỘC LÀ CÁCH DUY NHẤT ĐỂ ĐỐI
XỬ VỚI ĐỨA TRẺ GIẬN DỮ.

Sự Thật: Sự trừng phạt thân thể hay sự mua chuộc để bịt miệng đứa trẻ giận dữ không phải là cách hữu hiệu để đối phó với sự giận dữ. Sự trừng phạt thân thể có thể làm giàn tăng sự giận dữ của đứa trẻ, trong khi sự mua chuộc lại củng cố thêm thái độ giận dữ.

HOANG ĐƯỜNG: ĐỨA TRẺ GIẬN DỮ LÀ VÔ
PHƯƠNG CỨU CHỮA.

Sự Thật: Ở nhà có nhiều cách để cha mẹ có thể giúp một đứa trẻ giận dữ. Trong những trường hợp trầm trọng và kinh niên, cha mẹ nên liên lạc với các chuyên nghiệp để được giúp đỡ.